



## Champignon-Steinpilz-Risotto

mit Salat von dreierlei Bete



30-40min



3-4 Personen

Wir sind riesige Risottofans! Heute geben wir dem lecker-cremigen Reisgericht durch frische Champignons und getrocknete Steinpilze ein herrlich rustikales Aroma. Dazu servierst du einen würzig-knackigen Salat aus dreierlei Bete – der ist nicht nur reich an Vitaminen und Nährstoffen, sondern auch so richtig schön sonnig bunt, das Auge isst schließlich mit! Mmmh, wir freuen uns schon, endlich loszulöffeln ...

## Was du von uns bekommst

- 2 Zwiebeln
- 2 Knoblauchzehen
- 2 Packungen Champignons
- 400g Risottoreis
- 10g frische Petersilie
- 3 Stückchen Hartkäse <sup>3,7</sup>
- 2 Päckchen Steinpilzpulver
- 2 Rote Beten
- 2 gelbe Beten
- 2 Chioggia-Beten
- 2 Päckchen Gemüsebrühgewürz

## Was du zu Hause benötigst

- Essig
- Salz und schwarzer Pfeffer
- Zucker
- Olivenöl
- Butter <sup>7</sup>

## Küchenutensilien

- große Pfanne
- Messbecher
- Wasserkocher
- Küchenreibe
- Sparschäler

Vergiss nicht, das Gemüse vor der Zubereitung gründlich zu waschen, insbesondere grünes Blattgemüse und Salate.

### Allergene

Eier (3), Milch (7). Kann Spuren von anderen Allergenen enthalten.

### Nährwertangaben pro Portion

Energie 632kcal, Fett 12.2g, Kohlenhydrate 110.5g, Eiweiß 17.6g



### 1. Zutaten vorbereiten

Die **Pilze** ggf. säubern und in dünne Scheiben schneiden. Die **Zwiebeln** und den **Knoblauch** schälen und fein würfeln. Die **Petersilienblätter** abzupfen, die Blätter und die Stängel separat fein hacken. Das **Brühgewürz** in 1,5L heißem Wasser auflösen.



### 2. Pilze braten

Die **Pilze**, die **Zwiebeln**, den **Knoblauch** und die **Petersilienstängel** in einer großen Pfanne mit 1EL Olivenöl bei starker Hitze ca. 5Min. goldbraun anbraten. Mit Salz und Pfeffer würzen.



### 3. Risotto kochen

Den **Reis** und das **Steinpilzpulver** zum Gemüse in die Pfanne geben und ca. 1Min. mitrösten, dann nach und nach mit der **Brühe** ablöschen und stetig rühren, damit der **Reis** nicht ansetzt. Diesen Vorgang 18-20Min. lang wiederholen, bis die **Brühe** aufgebraucht und der **Reis** bissfest ist. Evtl. etwas mehr Wasser zugeben.



### 4. Salat zubereiten

Inzwischen die **Beten** schälen und mit einer Küchenreibe grob raspeln. Mit 3-4EL Essig, 1-2TL Zucker und je 1 kräftigen Prise Salz und Pfeffer gut vermengen. **Tipp:** Dabei am besten Küchenhandschuhe und Schürze tragen.



### 5. Käse reiben

Den **Käse** fein reiben.



### 6. Risotto verfeinern

Den **Käse** und 1EL Butter in das **Risotto** rühren. Das **Risotto** mit dem **Bete-Salat** anrichten, nach Belieben mit der **restlichen Petersilie** garnieren und servieren.